

## Población General: Guía de **aislamiento** en el hogar para personas que dan positivo a COVID-19 o tienen síntomas compatibles con COVID-19\*

Revisado el 7 de enero de 2022 — es posible que se produzcan actualizaciones adicionales a medida que los CDC modifiquen su última guía.

**El aislamiento** es para personas que han dado **positivo** o tienen **síntomas consistentes** con COVID-19\*\* y están esperando ser examinados o diagnosticados. Previene la propagación de COVID-19 al pedir a las personas que tienen COVID-19 (o aquellas con síntomas) que se mantengan alejadas de los demás hasta que se hayan recuperado por completo y ya no puedan transmitir el virus.

Independientemente de su estado de vacunación, si da **POSITIVO a COVID-19** con una prueba viral (PCR o antígeno), debe **aislarse** en casa durante **al menos 5 días**.

Si tiene **síntomas compatibles con COVID-19\*\***, debe aislarse en casa y **hacerse la prueba de COVID-19** con una prueba viral (PCR o antígeno).

Siga el diagrama **de flujo de aislamiento** en el hogar en la parte posterior de esta página para determinar cuánto tiempo necesita **aislarse** en casa según sus síntomas y el resultado de la prueba de COVID-19.

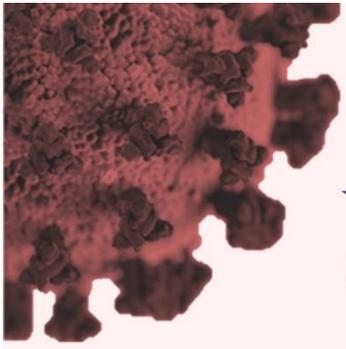
### Durante e inmediatamente después del **aislamiento**:

- Durante **al menos 5 días** después del inicio de sus síntomas (o la fecha en que se hizo la prueba, si no tiene síntomas):
  - **Aíslese en casa y lejos de los demás**, excepto para obtener atención médica esencial. Esto incluye:
    - **No ir a trabajar\***, a la escuela o áreas públicas
    - **No viajar o usar el transporte público, viajes compartidos o taxis**
  - **Aléjese** de los demás en su hogar, tanto como sea posible. Quédese en una habitación separada y use un baño separado, si es posible. **Si no puede separarse de los demás en casa, debe usar [una máscara bien ajustada](#)** cuando esté cerca de otras personas.
- Puede salir de su casa después de **aislarse** durante al menos 5 días completos desde el inicio de sus síntomas (o la fecha en que se le hizo la prueba, si no tiene síntomas) si no tiene fiebre y sus otros síntomas están mejorando. Para los 5 días posteriores al **aislamiento** (es decir, días 6-10):
  - Use **[una máscara bien ajustada](#)** cuando esté cerca de otras personas. No debe hacer cosas o ir a lugares donde no pueda usar una máscara (por ejemplo, comer con otros, ir a restaurantes, gimnasios, etc.).
    - **Si no puede usar una máscara, [aíslese en casa durante al menos 10 días completos](#)** desde el inicio de sus síntomas (o la fecha en que se hizo la prueba, si no tiene síntomas).
  - Evite a **[las personas con mayor riesgo](#)** de enfermarse gravemente por COVID-19 (por ejemplo, inmunocomprometidos, hogares de ancianos).
  - Evite viajar. Si debe viajar, puede después de 5 días completos y solo si siempre usa **[una máscara bien ajustada](#)**.
- Tome medidas para **[mejorar la ventilación](#)** en el hogar, si es posible.
- **No comparta artículos del hogar** como platos, tazas, utensilios para comer y ropa de cama.
- **Controle sus síntomas**. Busque atención médica de emergencia si tiene **[un señal de advertencia de emergencia](#)**.

\*Esta guía de **aislamiento** se aplica a la mayoría de las personas en la mayoría de las circunstancias. Sin embargo, existen pautas de regreso al trabajo para el personal de atención médica que debe seguir **[la Guía provisional de los CDC para administrar al personal de atención médica](#)** en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html>. Esto incluye (pero no se limita a) personal de servicios médicos de emergencia, enfermeras, auxiliares de enfermería, personal de atención médica domiciliaria, médicos, técnicos, terapeutas, flebotomistas, farmacéuticos, personal de atención médica dental, estudiantes y aprendices, personal contractual no empleado por el centro de atención médica y personas que no están directamente involucradas en la atención al paciente pero que podrían estar expuestas mientras trabajan en el entorno de atención médica.

\*\*Los síntomas de COVID-19 pueden variar de leves a graves y pueden incluir:

- |                                   |   |   |
|-----------------------------------|---|---|
| • Tos                             | • Falta de aliento o dificultad para respirar     | • Fiebre o escalofríos                                  |
| • Dolores musculares o corporales | • Dolor de cabeza                                 | • Fatiga (no es el único síntoma en el entorno escolar) |
| • Náuseas o vómitos, diarrea      | • Dolor de garganta, congestión o secreción nasal | • Nueva pérdida del gusto o del olfato                  |
- Consultar [el sitio web de los CDC](#) para obtener la lista más reciente de los síntomas de COVID-19.



# Diagrama de flujo de la guía de **aislamiento domiciliario COVID-19**

Revisado el 7 de enero de 2022 — es posible que se produzcan actualizaciones adicionales a medida que los CDC formalice su guía más reciente.

**EMPEZAR**  
¿Tiene **síntomas<sup>1</sup>** compatibles con COVID-19, y/o  
¿ha dado **POSITIVO** por COVID-19?

- 1. Los síntomas de COVID-19** pueden variar de leves a graves, pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición y pueden incluir:
- Congestión o secreción nasal
  - Tos
  - Dolores musculares o corporales
  - Dolor de cabeza
  - Dolor de garganta
  - Fiebre o escalofríos
  - Náuseas o vómitos, diarrea
  - Nueva pérdida del gusto o del olfato
  - Falta de aire o dificultad para respirar
  - Fatiga (no es el único síntoma en el entorno escolar)

**NO, no tengo síntomas<sup>1</sup>**  
*pero*  
**SÍ, di POSITIVO**

**AISLAR** hasta que hayan pasado **al menos 5 días completos** desde que se tomó su muestra de prueba positiva.

Puede salir del aislamiento después de al menos 5 días si **usa una máscara** alrededor de otras personas hasta que hayan pasado **10 días** desde que se tomó su muestra de prueba positiva.

Durante este tiempo, debe evitar situaciones en las que no se pueda usar una máscara (por ejemplo, mientras come en un restaurante), la exposición a poblaciones de alto riesgo y los viajes.

**Vuelva a evaluar si los síntomas aparecen durante este tiempo.<sup>1</sup>**

**SÍ, tengo síntomas<sup>1</sup>**  
*y*  
**SÍ, di POSITIVO**

**AISLAR** hasta que hayan pasado **al menos 5 días completos** desde que aparecieron sus síntomas **y** hasta que haya estado libre de fiebre durante **al menos 24 horas** (sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre) **y** sus otros síntomas estén mejorando.

Puede salir del aislamiento después de al menos 5 días si **usa una máscara** alrededor de otras personas hasta que hayan pasado **10 días** desde que aparecieron sus síntomas. Durante este tiempo, debe evitar situaciones en las que no se pueda usar una máscara (por ejemplo, mientras come en un restaurante), la exposición a poblaciones de alto riesgo y los viajes.

**SÍ, tengo síntomas<sup>1</sup>**  
*pero*  
**NO, NO ME HECHO la prueba, o NO, estoy esperando el resultado de mi prueba**

**Hágase la prueba** si aún no lo ha hecho y siga la pauta **POSITIVA** a la izquierda hasta que conozca su resultado, luego vuelva a evaluar.

**SÍ, tengo síntomas<sup>1</sup>**  
*pero*  
**NO, di NEGATIVO**

**AISLAR** hasta que haya estado libre de fiebre (sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre) durante **al menos 24 horas** y sus otros síntomas estén mejorando.

**NO, no tengo síntomas<sup>1</sup>**  
*y*  
**NO, NO ME HECHO la prueba, o NO, estoy esperando el resultado de mi prueba, o NO, di NEGATIVO**

**No se necesita aislamiento.**

Vuelva a evaluar si aparecen síntomas.<sup>1</sup>

**EXCEPCIONES ESPECIALES PARA PERSONAS EN AISLAMIENTO**

- 1. Las personas que no pueden enmascararse** deben  **AISLARSE** durante **al menos 10 días completos** desde el momento en que aparecieron los síntomas (o cuando se tomó una muestra de prueba positiva, si es asintomática, y reevaluar si aparecen los síntomas<sup>1</sup>).
- 2. Las personas en entornos de alto riesgo** (incluidos los pacientes de atención médica, los residentes de LTCF, los clientes de refugios para personas sin hogar y los reclusos / detenidos de centros correccionales) deben  **AISLARSE** durante **al menos 10 días completos** desde el momento en que aparecieron los síntomas (o cuando se tomó una muestra de prueba positiva, si es asintomática, y reevaluar si aparecen los síntomas<sup>1</sup>).
- 3. Las personas que están gravemente inmunocomprometidas** necesitan  **AISLARSE** durante **al menos 10 días completos**. En consulta con su proveedor de atención médica, es posible que deban  **AISLARSE** por hasta 20 días y hacerse la prueba antes de estar cerca de otras personas.
- 4. Las personas que están gravemente enfermas de COVID-19**, incluidas las hospitalizadas, ingresadas en la UCI o que requirieron ventilación, deben  **AISLARSE** durante **al menos 10 días completos**. En consulta con su proveedor de atención médica, es posible que deban  **AISLARSE** por hasta 20 días y hacerse la prueba antes de estar cerca de otras personas.
- 5. El personal de atención médica** que regresa al trabajo después del  **AISLAMIENTO** debe consultar la Guía provisional de los CDC para el **manejo del personal de atención médica** en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html>

**EXCEPCIÓN ESPECIAL**  
**Contactos cercanos<sup>2</sup>**

Si estuvo expuesto a alguien con COVID-19, es posible que esté sujeto a **CUARENTENA**.

Vea la guía en [www.Maricopa.gov/COVIDCuarentena](http://www.Maricopa.gov/COVIDCuarentena)

**2. Los contactos cercanos** son personas que estuvieron a **menos de 6 pies** de una persona con COVID-19 mientras estaban infectadas **durante un total acumulado de 15 minutos o más durante un período de 24 horas**, independientemente de si se usaron máscaras. [**Excepción:** en el entorno K-12, **un estudiante** que estaba a menos de 3–6 pies de un estudiante infectado no se considera un contacto cercano si **ambos estudiantes** participaron en el uso constante y correcto de máscaras bien ajustadas en todo momento. Esta excepción no se aplica a los maestros, el personal u otros adultos en el aula.]